

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДОЛИНСКИЙ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
С.УГЛЕЗАВОДСК ДОЛИНСКОГО РАЙОНА САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

694061, Сахалинская область, Долинский район, с. Углезаводск ул. Почтовая д.2
тел./факс 8(42442)98-245; e-mail: uglez_school@mail.ru

РАССМОТРЕНО:

на педагогическом совете
протокол № 1 от
20.08.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Приказом № 133-ОД от
20.08.2025 г.

Директор МБОУ СОШ
с.Углезаводск

Качанов А.В.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Туризм»

Направленность программы – туристическо-краеведческая

Уровень программы - стартовый

Адресат программы - обучающиеся 14-17 лет

Срок реализации программы – 1 год

Трутнев Александр Александрович,
педагог дополнительного образования

с.Углезаводск,
2025 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	3
1.3. Содержание программы.	5
1.3.1. Учебный план	5
1.3.2. Содержание учебной программы.	5
1.4. Планируемые результаты.	9
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	10
2.1. Календарный учебный график.	10
2.2. Условия реализации программы.....	10
2.2.1. Материально-техническое оснащение программ	10
2.2.2. Кадровое обеспечение.	11
2.3. Форма аттестации:	12
2.4. Оценочные материалы.....	12
2.5. Список литературы.	13
Приложение	15

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Туризм» имеет **туристическо-краеведческую** направленность (вид деятельности: туризм).

Актуальность программы.

Туризм во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Язык реализации программы: государственный язык РФ – русский.

Тип программы: одноуровневая.

Уровень сложности программы: стартовый

Адресаты программы. В кружок «Туризм» принимаются обучающиеся 14-17 лет, желающие систематически заниматься туризмом, не имеющие противопоказания по состоянию здоровья. Приём в кружок производится в августе-сентябре каждого года. Наполняемость группы от 10 до 15 человек.

Объём и сроки освоения программы, режим занятий.

Период	Продолжительность занятия	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Ко-во недель	Количество часов в год
2025-2026 учебный год	1 ч.	2	2	36	72 ч.
Итоги по программе					72ч.

Форма обучения: очная.

Формы организации занятий:

- групповая;
- индивидуальная.

1.2. Цель и задачи программы.

Целью реализации программы: развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, обогащение и расширение знаний обучающихся в области туризма и спорта.

Задачи:**Предметные:**

- освоить туристские навыки в походе, слёте;
- освоить знания прохождения технических этапов;
- изучить различные способы переправ;
- изучить и совершенствовать техники наведения туристских этапов соревнований;
- изучить способы выживания в экстремальных условиях.

Личностные:

- обучить воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;
- развивать коммуникативный опыт общения со сверстниками;
- приобщать их к самовоспитанию и самообразованию (контроль и самоконтроль своих действий, своего поведения и отношения к делу, воспитанию дисциплинированности и организованности, хорошей физической подготовки и т. п.);
- обучать детей выдержке, смелости в решении возникающих вопросов, усидчивости, способности управлять своим поведением;
- развивать силу, выносливость, координацию движения в соответствии с их возрастными и физическими возможностями;
- развивать эмоциональную сферу личности, повышать уверенность в себе, формировать позитивную самооценку.

Метапредметные:

- формировать общую культуру личности, способной адаптироваться в современном обществе;
- формировать жизненную самостоятельность и волевые качества;
- воспитывать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность;
- воспитывать стремление к саморазвитию;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- развивать организаторские навыки, умение вести себя в коллективе.

1.3. Содержание программы.

1.3.1. Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1		1	
I	Личное и групповое туристское снаряжение	1	1	2	Опрос
II.	Организация туристского быта	1	4	5	Проверка умений
III.	Питание в туристском походе	2	4	6	Опрос
IV.	Топография и ориентирование	2	6	8	Проверка умений
V.	Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировках	2	4	6	Проверка умений
VI.	Краеведение	2	4	6	Опрос
VII.	Общая и специальная физическая подготовка		8	8	Проверка умений
VIII.	Техника и тактика пешего туризма (Навеска переправ, вязка узлов, обвязки систем)	2	10	12	Проверка умений
IX.	Походы выходного дня		16	16	Проверка умений
X.	Соревнования		2	2	Проверка умений
	Всего часов:	13	59	72	

1.3.2. Содержание учебной программы.

I. Личное и групповое туристское снаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение рем. набора. Хозяйственный набор: оборудование, рукавицы, ножи, половники и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практическое занятие: укладка рюкзака, подгонка снаряжения, работа со снаряжением, уход за ним. Ремонт снаряжения.

II. Организация туристского быта. Привала

Привала в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф, физическое состояние участников).

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Организация привалов в пути.

Практическое занятие: определение мест, пригодных для организации привалов и лагеря, развертывание и свертывание лагеря, разжигание костра.

III. Подготовка к походу, путешествию.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения. Туристские должности в группе.

Практические занятия: составление плана подготовки к походу, изучение маршрутов походов.

IV. Питание в туристском походе.

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в двух- трехдневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре.

Практические занятия: закупка, фасовка и упаковка продуктов, приготовление пищи на костре.

V. Топография и ориентирование.

Определение топографии. Топографические карты, их значение для народного хозяйства и для туристов. Масштаб. Виды масштабов.

Условные знаки: понятие, типы. Изучение топонимов по группам. Рельеф. Способы изображения рельефа на карте. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение.

Стороны горизонта: С., Ю., З., В. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта их градусное значение.

Определение азимута. Его отличие от простого угла. Измерение и построение углов на карте.

Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

Практическое занятие: работа с картами различного масштаба, упражнения по определению масштаба, измерение расстояния по карте. Знакомство с различными формами рельефа на местности. Топографический диктант. Упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки. Движения по азимуту. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Ориентирование по местным признакам и предметам.

VI. Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировочных занятиях.

Система обеспечения безопасности в туризме. Безопасность - основное и обязательное требование при проведении походов и тренировочных занятий. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы за соблюдение мер безопасности.

Опасности в туризме субъективные и объективные.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиена одежды и обуви. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов, путешествий.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Состав медицинской аптечки для походов выходного дня и многодневных походов. Хранение и транспортировка аптечки. Личная аптечка туриста. Индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний. Помощь при различных травмах. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевое отравление и желудочные заболевания. Промывание желудка. Транспортировка пострадавшего. Правила наложения жгута, тугой повязки. Обработка ран.

Правила поведения на воде, организация купания. Правила пожарной безопасности, работа у костра.

Практические занятия: формирование мед. аптечки. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи. Изготовление носилок, волокуш, способы транспортировки пострадавшего. Применение средств личной гигиены в походах, во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок. Уход за одеждой и обувью.

VII. Краеведение.

Географическое положение и туристские возможности Сахалинской области; реки, моря, рельеф, почвы, полезные ископаемые, климат, растительность, сельское хозяйство. Исторические и культурные памятники,

музеи, интересные природные места родного края. Обзор наиболее интересных объектов.

Практические занятия. Работа с картой области, решение задач типа: в каком направлении, на каком расстоянии находится такой-то пункт, проведение краеведческих викторин. Краеведческая работа во время походов. Заполнение контурной карты области.

VIII. Общая и специальная физическая подготовка.

Краткие сведения о строении человеческого организма. Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Центральная и периферическая нервная система. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособность.

Врачебный контроль и самоконтроль. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о “спортивной форме”, утомление, тренировка. Дневник самоконтроля.

Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрута.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем развитии спортсмена, в успешном овладении тактикой и техникой туризма.

Роль и значение специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки.

Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливость, быстрота, ловкость, гибкость, сила.

Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям.

Физические и морально-волевые качества, необходимые путешественнику. Комплекс утренней зарядки. Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол, подвижные игры. упражнения на ловкость, силу, быстроту, выносливость.

Практические занятия: Проверка физической подготовки путем выполнение условий КСУ(Комбинированное силовое упражнение) на количество раз.

IX. Техника и тактика пешего туризма (Навеска переправ, вязка узлов, обвязки систем).

Понятие о технике и тактике пешеходного туризма. Ритм движения, величина переходов. Роль смены направляющих и замыкающих. Организация разведки, связь с ней.

Подробная характеристика естественных препятствий, встречающихся в пешем походе: лесные и кустарниковые заросли, бурелом, крутые склоны, заболоченная местность, водные преграды. Техника движения в различных условиях.

Движение по тропам и травянистым склонам. Принципы экономии сил. Рациональная техника ходьбы. Приемы преодоления невысоких препятствий, приемы движения на подъемах и спусках различной крутизны и твердости грунта.

Движение группы по болотам. Типы болот и признаки их проходимости. Способы преодоления болот различного типа. Взаимопомощь. Оказание помощи увязшему в болоте. Устройство приспособлений для перехода через болото. Движение по лесным чащам. Приемы преодоления лесных завалов, ям, канав.

Практические занятия: Туристские узлы, грудная обвязка, беседка, карабины и их применение, наведение навесных переправ и преодоление их группой с использованием снаряжение туриста.

Х. Поход выходного дня

Учащиеся должны показать свои умение и навыки на практики по:

- Организации быта
- Выполнение своих должностных обязанностей
- Дисциплину в группе
- Навыки разведение костра
- Работа с картами
- Знание и умение в снаряжении и применение ее на практике
- Соблюдению техники безопасности и др..

1.4. Планируемые результаты.

Предметные:

- Сформированы туристские навыки в походе, слёте;
- Освоены знания прохождения технических этапов;
- Освоены различные способы переправ;
- Освоены техники наведения туристских этапов соревнований;
- Изучены способы выживания в экстремальных условиях.

Личностные:

- Сформированы навыки самостоятельной и коллективной работы;
- Освоен коммуникативный опыт общения со сверстниками;
- Сформированы навыки самовоспитания и самообразования (контроль и самоконтроль своих действий, своего поведения и отношения к делу, воспитанию дисциплинированности и организованности, хорошей физической подготовки и т. п.);
- Выработаны выдержка, смелость в решении возникающих вопросов, усидчивость, способность управлять своим поведением;
- Развиты у обучающихся сила, выносливость, координация движения в соответствии с возрастными и физическими возможностями;

- Развита эмоциональная сфера личности, уверенность в себе, позитивная самооценка.

Метапредметные:

- Сформирована общая культура личности, способная адаптироваться в современном обществе;
- Сформирована потребность в самостоятельности и волевые качества;
- Сформировано трудолюбие, ответственность, дисциплинированность;
- Развито стремление к саморазвитию;
- Выработана потребность в здоровом образе жизни;
- Сформированы организаторские навыки, умения вести себя в коллективе.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во дней	Кол-во часов	Режим занятий в неделю
1 год	01.09.2025	31.05.2026	36	72	72	2 дня в неделю по 1 часу (по 45 мин), в том числе походы выходного дня в тёплое время года Всего за год: 8 походов по 2 часа (в тёплое время года: сентябрь, октябрь, апрель, май)

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое оснащение программы.

Кружковые занятия проводятся в классном кабинете, спортзале, на улице.

Для занятий используется следующее:

- Аптечка
- Носилки
- Верёвки – диаметром не менее 10 мм, длина 20, 30, 50 метров;

- Карабины; блоки и полиспасты; страховочные системы; опорные петли; средства транспортировки пострадавшего, тенты
- Спусковые устройства (стопер-дисантер, восьмерка)
- Зажимы (жумар, кроль)
- Каски
- Катамаран
- Спас. средства на воде
- Компаса и карты
- Форма одежды туриста должна быть прочной, закрывать руки и ноги.

Информационно-методическое обеспечение.

- официальный сайт, посвящённый спортивному туризму всех видов в Москве и России <http://tmmoscow.ru/>

- программы для системы дополнительного образования детей «Юные туристы», «Юные туристы-спасатели» одобренных и утвержденных Министерством образования РФ и Министерством по чрезвычайным ситуациям РФ;
- программа Смирнова Д.В., Константинова Ю.С., Маслова А.Г. «Юные туристы - краеведы», рекомендованной Министерством образования и науки РФ для использования в системе дополнительного образования детей

Методы обучения:

- Словесный метод - рассказ, объяснение, беседа, диспут;
- Наглядный метод - демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы;
- Практический метод - работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма.

Типы занятий:

- изучение новой информации;
- занятия по формированию новых умений;
- обобщение и систематизация изученного;
- практическое применение знаний, умений (закрепление);
- комбинированные занятия;
- контрольно-проверочные занятия;
- тестирование.

Виды занятий:

- лекционное занятие;
- практическое занятие;
- презентацию;
- соревнования;

- проблемно-поисковое занятие;
- занятие-игра.

2.2.2. Кадровое обеспечение

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Туризм» обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим высшее образование, соответствующее туристско-краеведческой направленности и отвечающим профессиональному стандарту по должности «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (в соответствии с Приказом Минтруда РФ от 22.09.2021 №652н).

2.3. Форма аттестации:

Отслеживание результатов осуществляется в виде **текущего, промежуточного и итогового контроля.**

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала.

Формами **промежуточного и итогового** контроля являются соревнования между учащимися школ, и внутри секции по технике туризма и спортивного ориентирования, навески переправ.

Методы диагностики: наблюдение, анкетирование и тестирование.

2.4. Оценочные материалы

При определении уровня освоения обучающимся программы педагог использует методы наблюдения за техникой и выполнением практических приёмов в процессе проведения туристических тренировок и соревнований, теоретические знания проверяются при помощи тестовых заданий (см. приложение 2).

2.5. Список литературы.

1. Андреев Н.В. «Топография и картография. М. Просвещение 1985
2. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю. А. «Туристские слёты и соревнования» М.: Профиздат, 1984
3. Ковыш Э. Н. Соревнование туристов. – М.: Физкультура и спорт, 1990
4. Константинов Ю.С., Кузнецов Ю. А «Подготовка судейских кадров по туристским соревнованиям» М.: Профиздат, 1982
5. Константинов Ю.С. Туристические слёты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ 2000
6. Попчиковский В.Ю. «Организация и проведение туристских походов»
7. «Спортивное ориентирование» М.: «ФиС», 1987
8. «Физическая подготовка туристов» М.: ЦРИБ «Турист», 1985

Нормативные документы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 № 304-ФЗ (ст. 1, 2);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г., утв. Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минтруда Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и

оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжение министерства образования Сахалинской области от 22 сентября 2020 г. № 3.12-902-р «Об утверждении концепции персонифицированного дополнительного образования детей в Сахалинской области».
- Письмо Министерства образования Сахалинской области от 11.12.2023 № 3.12-Вн-5709/23 «О направлении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в Сахалинской области»;
- Устав образовательного учреждения;
- Локальные акты образовательного учреждения.

Воспитательный компонент

Сроки проведения	Название мероприятия	Форма проведения	Место проведения
Октябрь 2025г.	«Туристическими тропами»	Квест – игра	МБОУ СОШ с.Углезаводск
Март 2026 г.	«Все на скалодром!»	Фестиваль	МБОУ СОШ с.Углезаводск

Тесты

Основы туристской подготовки

Теория

1. В каком веке зародилось туристское движение в России?
 - а) XIX;
 - б) XV;
 - в) IV.
2. В каком году спортивный туризм был включен в Единую всесоюзную спортивную классификацию после чего началась подготовка спортсменов-разрядников и мастеров спорта по туризму:
 - а) 1935 году;
 - б) 1955 году;
 - в) 1960 году;
 - г) 1949 году.
3. В каком году была учреждена Международная Федерация спортивного туризма?
 - а) 1995;
 - б) 2002;
 - в) 1980.
4. Спортивный туризм – это ...
 - а) игра;
 - б) вид спорта по преодолению отрезка земной поверхности;
 - в) покорение вершины.
5. По видам передвижения спортивный туризм делится на:
 - а) пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм;
 - б) образовательный, религиозный, медицинский;
 - в) внутренний, въездной, выездной.
6. Какие бывают виды снаряжения?
 - а) детское, индивидуальное;
 - б) личное, групповое;
 - в) учебное, личное;
 - г) взрослое, групповое.
7. К какому виду снаряжения относится туристский рюкзак:
 - а) транспортировочное;
 - б) специальное;
 - в) личное;
 - г) групповое.
8. К групповому снаряжению относится:
 - а) палатка;
 - б) коврик;
 - в) головной убор;
 - г) спальный мешок.
9. Понятие «бивак» - это ...
 - а) палатка;
 - б) туристский лагерь;
 - в) место рыбалки;
 - г) место привала, ночевки.
10. В зависимости от продолжительности привалы подразделяются на:
 - а) ночлег, дневка;
 - б) малый привал, обеденный привал, ночлег, дневка;
 - в) малый привал, обеденный привал.
11. Для выбора места привала важны:

- а) высохшие русла рек;
 - б) гнилые или подрубленные деревья;
 - в) безопасность, относительное удобство, укрытие (от ветра, от солнца, от непогоды), возможно наличие воды.
12. Какие костры бывают?
- а) дымовые, обычные, сложные;
 - б) дымовые, жаровые, пламенные;
 - в) обычные, пламенные.
13. Для приготовления пищи в походе используются следующие типы костров:
- а) шалаш;
 - б) таежный;
 - в) нодья.
14. Можно ли разводить костер под кронами деревьев, на корнях, в сухой траве?
- а) можно;
 - б) можно при дождливой погоде;
 - в) нельзя.
15. Верно ли утверждение: «Пилить необходимо в рукавицах, работать с топором – без рукавиц»?
- а) не верно;
 - б) верно.
16. Можно ли при колке или рубке дров находиться людям впереди рубящего человека?
- а) нет;
 - б) да;
 - в) нет, возможно выскальзывание топора из рук или лезвия с топорика.
17. Что нужно сделать после окончания работы топором или пилой?
- а) необходимо зачехлить и убрать
 - б) необходимо положить лезвием вверх
 - в) необходимо врубить в дерево.
18. Человек может обходиться без пищи следующее количество дней:
- а) 20 – 25;
 - б) 30 - 40;
 - в) 60 – 70;
 - г) 70 – 80.
19. Человек может обходиться без воды следующее количество дней:
- а) 1 – 2;
 - б) 2 – 3;
 - в) 3 - 4;
 - г) 4 – 5.
20. Горячее питание в походе – сколько раз должно быть?
- а) 3;
 - б) 2;
 - в) 5.
21. Воду из ручья можно пить, если:
- а) на поверхности - мусор (хвоя, ветки);
 - б) она мутная;
 - в) на поверхности - пена;
 - г) она прозрачная.
22. В каком месте ручья набирается вода для приготовления пищи?
- а) выше по течению места для умывания;
 - б) ниже по течению места для умывания;
 - в) все равно где.
23. Кто такой командир группы в туристском походе?

- а) ответственный за медицинское обеспечение в походе;
 - б) первый помощник руководителя группы;
 - в) человек, который перед походом подбирает краеведческую литературу о районе похода, изучает ее, знакомит всех участников похода с особенностями местности.
24. Если группа идет вдоль шоссе, то надо:
- а) идти всем вместе строем;
 - б) идти с большим интервалом между участниками, растянуться вдоль шоссе;
 - в) идти плотной группой, взявшись за руки.
25. Двигаться вдоль оживленной магистрали можно:
- а) по обочине навстречу транспорту;
 - б) по обочине по ходу транспорта;
 - в) по любой из обочин.
26. Продолжительность перехода в походе должна составлять не более следующего количества минут:
- а) 30;
 - б) 40;
 - в) 50;
27. Кто должен быть направляющим в группе?
- а) опытный турист;
 - б) новичок;
 - в) выносливый турист.
28. Какова задача направляющего в группе?
- а) отвечать за медицинское обеспечение в походе;
 - б) быть ответственным за снаряжение;
 - в) выбирать путь, давать темп движения.
29. Какова задача замыкающего в группе?
- а) не допускать отставания, помогать уставшим, при необходимости перераспределить груз на привале;
 - б) выбирать путь, давать темп движения;
 - в) идти впереди всей группы.
30. Наиболее удобное время для передвижения в походе:
- а) с 13 до 16 часов;
 - б) с 8—9 до 12—13 часов, и с 16 до 19 часов;
 - в) с 23 до 8 часов.

Тест "Ориентирование на местности"

1. Вопрос: Что такое ориентирование на местности?

- А) Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения
- Б) Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения, относительно выбранных ориентиров.
- В) Знать направление движения и карту местности.
- Г) Использование компаса и карты для определения своих координат.

2. Вопрос: Что такое компас?

- А) Прибор для определения направления движения
- Б) Прибор для определения сторон горизонта
- В) Прибор для определения, использующий магнитное поле Земли.
- Г) Проградуированный прибор, делящий пространство на 360 делений и 4 стороны света.

3. Вопрос: Что такое ориентир?

- А) Предмет, на который ориентируются при движении на местности.
- Б) Местный предмет, использующийся в качестве начала направления движения

- В) Местный предмет, заметный издали.
- Г) Характерный местный предмет, обозначенный на карте.
4. Вопрос: Что такое карта?
- А) Изображение местности в уменьшенном масштабе.
- Б) План местности.
- В) Уменьшенное изображение участка земной поверхности в определенном масштабе.
5. Вопрос: Что такое азимут?
- А) Угол между направлением на север и направлением на ориентир.
- Б) Угол, измеряющийся компасом по круговой 360-ти градусной шкале.
- В) Угол, показывающий на ориентир.
- Г) Угол между направлением на север и направлением движения.
6. Вопрос: Основные способы ориентирования
- А) По компасу, карте и местным предметам.
- Б) По звездам, компасу, местным предметам, луне и линейным ориентирам.
- В) По карте и компасу.
- Г) По компасу, местным предметам, Солнцу, звездам, Луне и часам.
7. Вопрос: Что такое линейный ориентир?
- А) Одиноко стоящее высокое дерево или возвышение.
- Б) Характерный местный предмет прямолинейно расположенный.
- В) Местный предмет четко обозначенный на карте.
- Г) Искусственное сооружение, обозначенное на карте.
8. Вопрос: Сколько ориентиров необходимо для выбора правильного направления?
- А) Минимум два: исходный и контрольный.
- Б) Три: исходный, промежуточный и контрольный.
- В) Два основных и несколько промежуточных.
- Г) Один ориентир на который выбрано направление движения.
9. Вопрос: Что значит привязать карту к местности?
- А) Найти на карте свое местоположение.
- Б) Обозначить на карте ориентиры.
- В) Расположить карту, согласно показаниям компаса и положению ориентира.
10. Вопрос: Установите направление движения на 100 градусов по азимуту.
- А) Северо-восток
- Б) Восток
- В) Юго-восток
- Г) Юг
11. Вопрос: Установите направление движения на 200 градусов по азимуту.
- А) Юго-восток
- Б) Запад
- В) Юг
- Г) Юго-запад
12. Вопрос: Выберите контрольные ориентиры:
- А) Одиноко стоящее дерево.
- Б) Болото
- В) Автомобиль
- Г) Группа кустарников
13. Вопрос: Какое созвездие используется для определения сторон горизонта ночью?
- А) Созвездие Южный крест.
- Б) Млечный путь.
- В) Созвездие Москва-Кассиопея.
- Г) Созвездие Большой медведицы.
14. Вопрос: Что такое масштаб?
- А) Соотношение размера местности и изображения на карте.

- Б) Величина уменьшения изображения на карте по сравнению с местными предметами.
- В) Показывает во сколько раз необходимо увеличить изображение на карте, чтобы оно совпало с размерами местных предметов.

15. Вопрос: Определите масштаб увеличения 1:100000

- А) В одном разmere карты сто тысяч величин местности.
- Б) В одном метре карты двести тысяч сантиметров длинны местности.
- В) В одном сантиметре карты один километр местности.
- Г) В одном сантиметре карты одна тысяча километров местности.